

Salmonella

¿Qué es *Salmonella*?

Salmonella es un tipo de bacteria que puede infectar al estómago e intestinos y causar una enfermedad de diarrea que puede ser leve o aguda. *Salmonella* puede propagarse de los intestinos a la sangre, a los huesos, o a las articulaciones, donde puede causar una enfermedad grave. La enfermedad grave es más común en los niños pequeños, las personas de la tercera edad, y las personas con problemas del sistema inmunológico.

¿Cómo se transmite?

Salmonella se transmite al ingerir comidas contaminadas o al tener contacto con un animal infectado o su entorno. A veces, *Salmonella* se transmite de una persona a otra.

- **Alimentos:** Sobre todo los huevos crudos o parcialmente cocidos, la carne de aves de corral, y las carnes de otros animales. Leche, queso, o jugo no pasteurizados. Cualquier alimento puede contaminarse, hasta las comidas para mascotas.
- **Animales:** Sobre todo los reptiles (serpientes, tortugas, lagartos), los anfibios (ranas, salamandras), las aves, y las mascotas. El excremento (heces) de animales es siempre una posible fuente de esta infección.

¿Cuáles son los síntomas?

En la mayoría de los casos la persona se enferma de 12 a 72 horas después de infectarse, y se recupera completamente después de 4 a 7 días. Los síntomas pueden incluir:

- Diarrea (puede ser sangrienta)
- Cólicos abdominales
- Fiebre
- Náusea
- Vómito
- Dolor de cabeza

¡Personas con esta infección NO deben asistir a guarderías infantiles o trabajar en el manejo de alimentos, cuidado de pacientes, o guarderías infantiles hasta que los síntomas hayan desaparecido!

¿Cuál es el tratamiento?

Personas infectadas con *Salmonella* generalmente mejoran sin más tratamiento que una cantidad suficiente de líquidos para prevenir la deshidratación. Las personas con infecciones más graves pueden requerir hospitalización o antibióticos recetados por un médico.

¿Cómo se previene?

En alimentos, la cocción o la pasteurización destruyen *Salmonella*. La bacteria no puede eliminarse en ciertos animales, tales como los reptiles, y de ellos puede pasar a la gente.

- Evite el consumo de huevos o carnes crudos o parcialmente cocidos, y leches, quesos y jugos no pasteurizados.
- Mantenga las comidas refrigeradas antes y después de comer
- Lave las frutas y verduras antes de comerlas
- Lávese las manos antes de preparar comida y no prepare comida si tiene diarrea
- Lávese las manos y lave las tablas de cortar, mostradores, cuchillos, y otros utensilios antes y después de tocar alimentos crudos
- Lávese las manos con agua y jabón después de cualquier contacto con animales, sus entornos, o sus alimentos. Las familias con niños menores de 5 años no deben tener reptiles en casa.